

# Prenez votre Santé en mains !

Gratuit  
Ouvert  
à Tous



Votre hôpital de proximité

Vendredi 2 juin 2023

de 9h30 à 16h00

## Journée Prévention Santé

Hall du Centre Hospitalier  
Bertinot Juel

de Chaumont en Vexin

Développement  
Durable

Fin  
de vie

Café-rencontres  
14h30-16h30

Prévention  
des  
Chutes

(10h-12h)

Atelier équilibre  
et parcours de  
Marche

Equilibre  
alimentaire

Cancer du  
col de  
l'utérus



TABAC

Cancer  
du  
sein

Prévention  
risque  
infectieux



## Des professionnels et des associations à votre écoute !

Rencontres, échanges, éducation et promotion pour la santé



## Lutte contre le tabagisme

Venez rencontrer Arnaud , infirmier du CHBJ spécialisé en addictologie, qui vous exposera les méfaits du tabac sur votre santé, et les bienfaits de l'arrêt du tabac.



## Cancer du sein

Venez rencontrer les bénévoles de la Ligue contre le cancer, pour échanger sur l'importance du dépistage, s'informer sur les aides possibles pour les malades en difficultés financières, administratives...



## Equilibre alimentaire

Comment concilier alimentation et rythme de vie? comment choisir nos aliments? Quelles quantités dans mon assiette? Apprendre à décrypter l'étiquetage alimentaire...



Besoin de conseils, envie d'apprendre à prendre soin de soi par l'alimentation...Venez rencontrer Valentine notre diététicienne, qui sera vous guider vers une alimentation saine et équilibrée.

## Développement durable

Philippe et Mathieu vous donnerons leurs astuces pour économiser l'énergie, et bien d'autre conseils pour prendre soin de la planète. Astuces, conseils et documentation.



## Prévention risque infectieux

Les mains sont l'une des manières les plus courantes de transmettre le virus d'une personne à une autre.

Venez tester la « boîte à coucou », pour vérifier la bonne utilisation des solutions hydro-alcooliques !

## Fin de vie

Association reconnue d'utilité publique, assure l'accompagnement, l'écoute et le soutien des personnes en fin de vie, de leur famille.

La dernière session de la Convention citoyenne sur la fin de vie s'est prononcée, le 2 avril 2023, en faveur d'une ouverture conditionnée de l'aide à mourir.

Des questions sur les soins palliatifs, l'accompagnement, la fin de vie...venez rencontrez l'association JALMALV.



A partir de 14h30,

Avec Le Dr GUERIN,

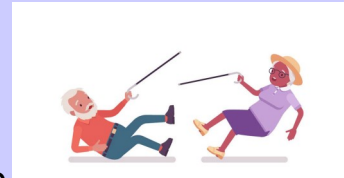
réfèrent de l'espace éthique

GHT Oise Ouest Vexin,



## Prévention

### des chutes (10h- 12h)



Les risques de chute augmentent avec l'âge, mais on peut les limiter en prenant quelques précautions. Comment réagir en cas de chute ? Venez prendre conseil auprès de nos professionnels de rééducation : qui vous donnerons des astuces pour aménager votre domicile, conserver une bonne santé et rester prudent au quotidien.

**Atelier équilibre et parcours de marche , espace rééducation**

## Prévention cancer col de l'utérus

Profitant de « juin mauve », mois dédié à la sensibilisation du dépistage du cancer du col de l'utérus, l'association Perspectives contre le cancer viendra à la rencontre des usagers à travers une sensibilisation à la vaccination contre le HPV et la promotion du dépistage. Une vente caritative au ra lieu avec une opération 1bijou = 1 don

